Chahrazed

Nadia Boughalous

خاص بالغراتان

1

باللغة العربية



Edition La Plume

Chahrazed

Nadia Boughalous

خاص بالغراتان

1

باللغة العربية



Edition La Plume

غراتان القرعة بصلصة الطماطم

- 500 غ قرعة
- 200 غ لحم مرحي
- 1 بصلة مبشورة
- 2 سنينات ثوم مبشور
- 1 كأس دقيق متوسط (سيم)
- 100 غ جبن مبشور
- فلفل أسود
- ملح

صلصة الطماطم : أنظر الصفحة 63



1- قطعي القرعة إلى شرائح باتجاه الطول، أضيفي لها الملح و الفلفل الأسود و اتركيها تقطر مدة 15 دقيقة.

2- في مقلاة، حمسي البصل و الثوم، أضيفي اللحم المرحي، الملح و الفلفل الأسود، حمسي جيدًا حتى يطهى الكل جيدًا.

3- مدي شرائح القرعة بالدقيق.

4- إقليها في زيت ساخن.

5- في صينية فرن، أفرشي نصف كمية القرعة المقلية.

6- ضعي عليها اللحم المرحي المطهي.

7- ذري القليل من الجبن المبشور (غير ضروري).

8- غطيها بشرائح القرعة المتبقية.

9- أفرغي عليها صلصة الطماطم المحضرة.

10- ذري الجبن المبشور المتبقي ثم اطهيه في الفرن.

ملاحظة : يمكنك إضافة المعدنوس(أو الحشيش) للحم المرحي.









غراتان البطاطا

- 1 كغ بطاطا
- 1 بصلة مقطعة
- 300 غ لحم مرحي
- 4 إلى 5 بيض (حسب الحجم)
- 50 غ جبن مبشور
- فلفل أسود
- ملح
- زيت للقلي

1- قشري البطاطا و قطعيها إلى دوائر، أضيفي لها الملح ثم اقليها في زيت ساخن.

2- في مقلاة، حمسي البصل في ملعقتين كبيرتين من الزيت. أضيفي اللحم المرحي، الملح و الفلفل الأسود، أتركيه يطهى.

3- في صينية خاصة بالفرن، أفرشي طبقة من البطاطا ثم ضعي عليها كمية من اللحم المرحي المطهي.

4- ذري القليل من الجبن المبشور.

5- ضعي طبقة أخرى من البطاطا.

6- ضعي عليها اللحم المرحي المتبقي.

7- ذري القليل من الجبن المبشور مرة أخرى.

8- في الأخير، غطيه بالبطاطا المتبقية.

9- أفرغي عليها الجبن المخفوق كالعجة مع القليل من الملح و الفلفل الأسود.

10- ذري الجبن المبشور المتبقي ثم اطهيه في فرن درجة حرارته 200°.







غراتان الكرنب بالدجاج

- 1 رأس كرنب
- 2 سنينات ثوم
- 1 ورقة رند
- 100 غ جبن مبشور
- ½ ربطة معدنوس مقطع
- 20 غ زبدة



- 1 أبيض دجاج
- 3 ملاعق كبيرة زيت
- جوزة الطيب
- فلفل أسود
- ملح

صلصة البشاميل : أنظر الصفحة 62

1 - قطعي الكرنب إلى باقات ثم غليها مع الثوم و الرند. بعد الطهي، قطريها ثم حضري صلصة البشاميل (أنظر الصفحة 62).

2 - في مقلاة، إطهي أبيض الدجاج المقطع إلى أجزاء في الزيت، أضيفي الملح و الفلفل الأسود.

3 - في مول خاص بالفرن مدهون بالزبدة، رتبي باقات الكرنب.

4 - ضعي عليها قطع الدجاج المقلي.

5 - أضيفي الملح، الفلفل الأسود و جوزة الطيب المبشورة.

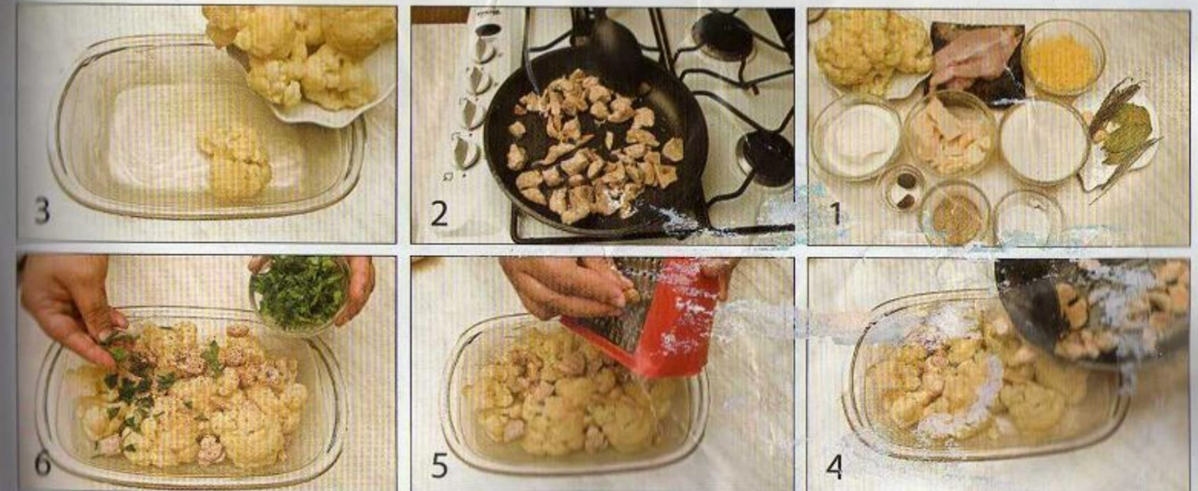
6 - ذري المعدنوس المقطع.

7 - أضيفي الجبن الأبيض المقطع إلى مكعبات ثم ذري نصف كمية الجبن المبشور.

8 - في الأخير، أفرغي صلصة البشاميل المحضرة سابقا.

9 - ذري الجبن المبشور المتبقي ثم اطهيه في الفرن.

ملاحظة : يمكنك إضافة ملعقتين إلى 3 ملاعق كبيرة من الكريمة الطازجة لصلصة البشاميل.





غراتان السبانخ

- 2 ربطات سبانخ
- 4 سنينات ثوم مبشور
- 200 غ لحم مرحي
- 100 غ جبن مبشور
- 50 غ جبن ذائب
- 4 ملاعق كبيرة زيت
- 4 بيض
- فلفل أسود
- ملح

1- قطعي السبانخ ثم غليها في الماء (أو اطهيها بالبخار). من جهة أخرى، حمسي اللحم المرحي في ملعقتين كبيرتين من الزيت.

2- في مقلاة، حمسي السبانخ في الزيت المتبقي حتى يتبخر السائل كليا.

3- أضيفي الثوم المسحوق و اتركيه يطهى.

4- في الأخير، أضيفي الملح و الفلفل الأسود ثم اخلطي كذلك.

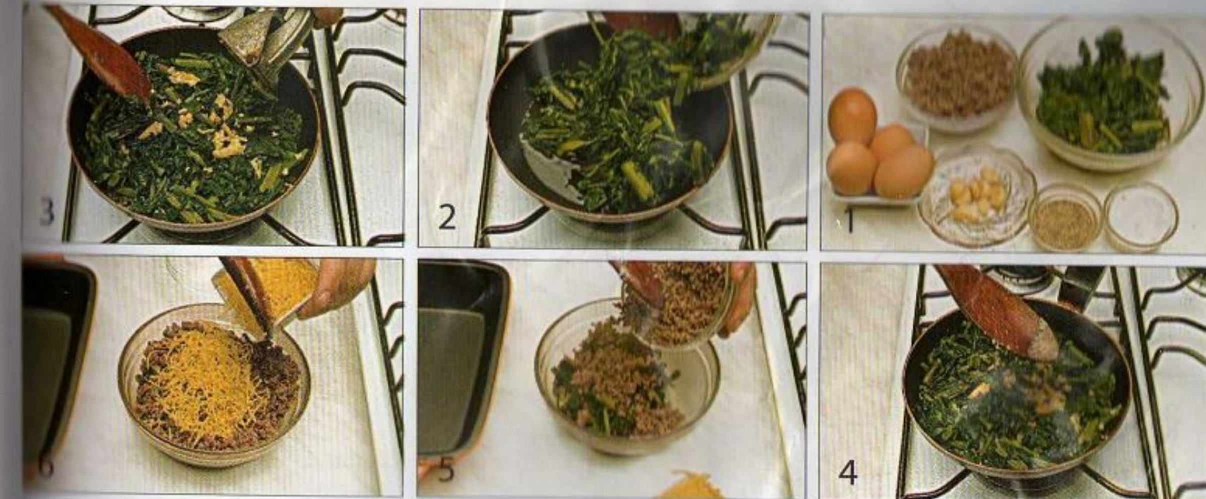
5- في وعاء، أخلطي السبانخ و اللحم المرحي المطهي.

6- أضيفي الجبن الذائب المقطع إلى مكعبات و نصف كمية الجبن المبشور.

7- أضيفي البيض المخفوق كالعجة ثم اخلطي الكل جيدًا.

8- أفرغي الكل في صينية فرن و سويه جيدًا.

9- ذري الجبن المبشور المتبقي ثم اطهيه في فرن درجة حرارته 200° مدة 20 دقيقة.





غراتان الملفوف

- 1 رأس ملفوف
- 300 غ لحم مرحي
- 1 بصلة مبشورة
- 3 سنينات ثوم مبشورة
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- معدنوس مقطع
- 50 غ جبن مبشور
- كمون
- فلفل أسود
- ملح

صلصة الطماطم :

- 2 طماطم مبشورة
- 1 ملعقة كبيرة طماطم مصبرة
- 2 كؤوس ماء
- 1 ورقة رند
- 1 عرف زعيترة
- 1 ملعقة صغيرة ثوم غبرة
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- 1 ملعقة صغيرة سكر مسحوق
- فلفل أسود
- ملح

1- إطهي أوراق الملفوف بالبخار و حضري المقادير الأخرى.

2- في مقلاة، حمسي البصل و الثوم في الزيت، أضيفي اللحم المرحي و اتركيه يطهى.

3- في وعاء، ضعي اللحم المرحي المطهي، المعدنوس، الملح و الفلفل الأسود ، أخلطي الكل جيدًا.

4- ضعي القليل من الحشو على حافة كل ورقة ملفوف.

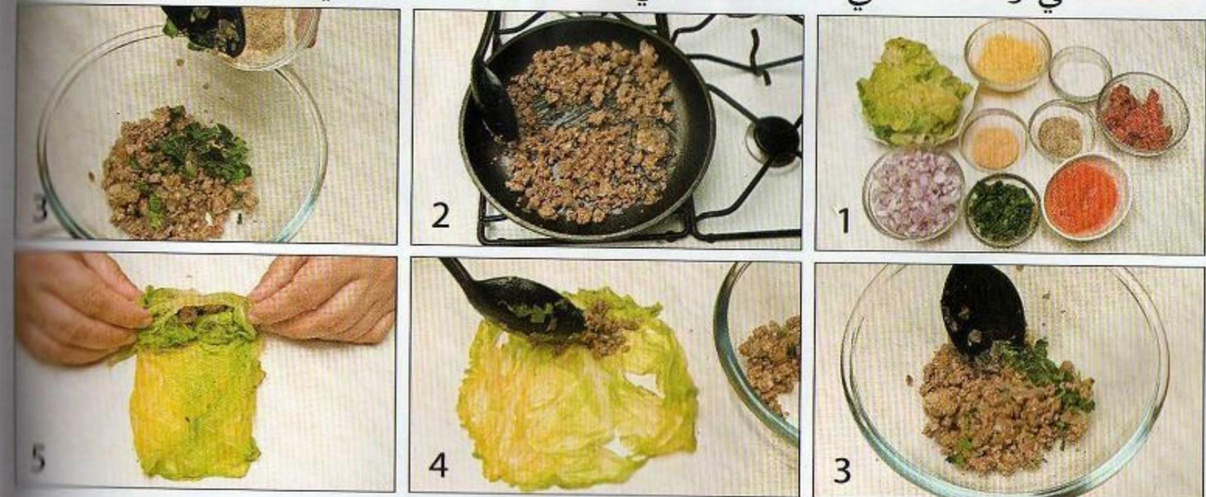
5- أغلقي الجوانب جيدًا ثم لفي (كما هو الحال بالنسبة للبوراك).

6- ضعي أوراق الملفوف المحشية في صينية فرن مدهونة بالزبدة.

7- حضري صلصة الطماطم : أنظر الصفحة 63، ثم أفرغيها على الأوراق المحشية، أثقبيها بواسطة الكوردون.

8- ذري القليل من الجبن المبشور ثم اطهيها في الفرن حتى يتبخر السائل كليا.

9- فور إخراجها من الفرن، ذري الجبن المبشور المتبقي.





غراتان الفلفل الحلو

- 1 كغ فلفل حلو
- 300 غ لحم مرحي
- 1 بصلة مقطعة
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- معدنوس مقطع
- زيت للقلي
- جبن مبشور
- فلفل أسود
- ملح

صلصة الطماطم :
أنظر الصفحة 63

1- إنزعي بذور الفلفل الحلو ثم اقليه في الزيت و حضري المقادير الأخرى.

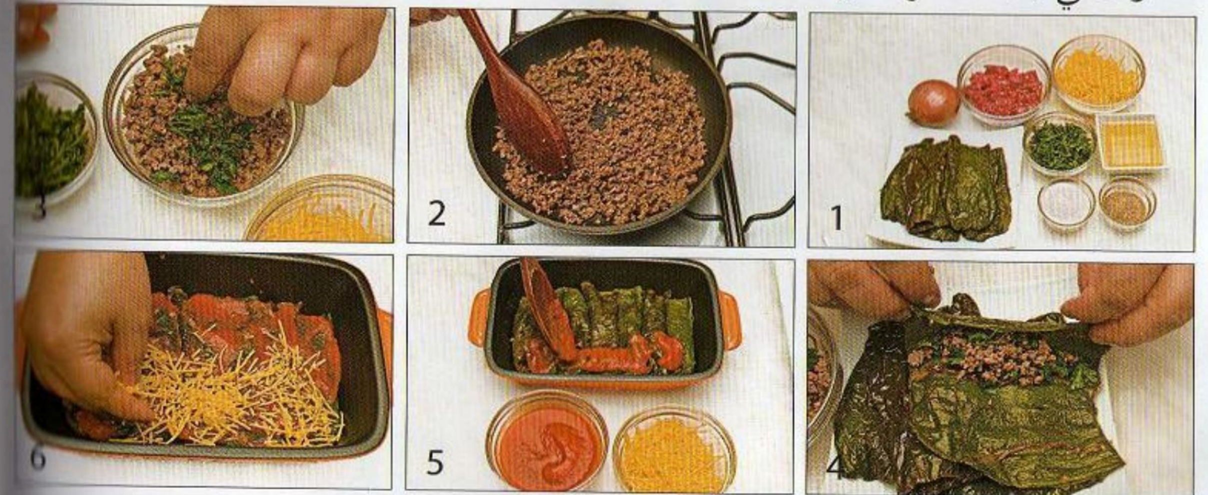
2- في مقلاة، حمسي البصل في الزيت.
أضيفي اللحم المرحي، الملح و الفلفل الأسود، حمسي مرة أخرى.

3- بعد الطهي، أضيفي المعدنوس المقطع للحم المرحي المطهي.

4- إفتحي الفلفل الحلو، ضعي القليل من الحشو على الحافة ثم أغلقي و لفي (كما هو الحال بالنسبة للبوراك).

5- في صينية فرن، أفرغي القليل من صلصة الطماطم و ضعي الفلفل الحلو المحشي ثم أفرغي عليه صلصة الطماطم المتبقية.

6- ذري الجبن المبشور ثم اطهيه في الفرن مدة 15 دقيقة.



غراتان العجائن بشرائح الصول

- 500 غ عجائن لولبية (سيم)
- 4 ملاعق كبيرة زيت
- فلفل أسود



- 500 غ شرائح صول
- 100 غ جبن مبشور
- 50 غ جبن أبيض
- ملح

1- غلي العجائن في الماء مع 1 ملعقة كبيرة زيت و القليل من الملح، قطريه و اتركيه على حدى ثم حضري المقادير الأخرى.

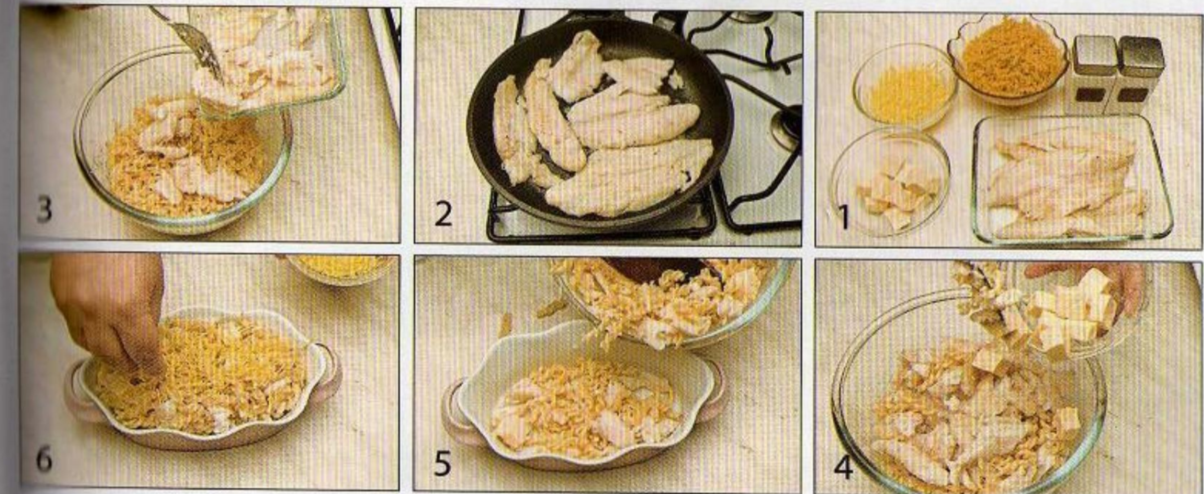
2- في مقلاة، إطهي شرائح الصول في الزيت المتبقي مع القليل من الملح و الفلفل الأسود. بعد الطهي، فتتيه.

3- في وعاء، أخلطي العجائن و قطع شرائح الصول.

4- أضيفي الجبن الأبيض و اخلطي مرة أخرى.

5- في صينية فرن مدهونة بالزبدة، ضعي خليط العجائن.

6- ذري الجبن المبشور ثم اطهيه في الفرن مدة 10 دقائق.



لازانيا بالصلصة البولونية

- 1 علبة لازانيا
- 3 ملاعق كبيرة زيت
- ملح

الصلصة البولونية :

- 3 سنينات ثوم مسحوقة
- 1 بصلة مبشورة
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- 3 طماطم مبشورة
- 1 ملعقة صغيرة سكر مسحوق
- 1 ملعقة كبيرة طماطم مصبرة
- 300 غ لحم مرحي



- 2 أوراق رند
- ½ ملعقة صغيرة زعتر جاف (غير ضروري)
- فلفل أسود
- فلفل أحمر
- ملح

صلصة البشاميل : أنظر الصفحة 62

- 4 ملاعق كبيرة كريمة طازجة
- 150 غ جبن مبشور

1- حضري المقادير اللازمة.

2- حضري الصلصة البولونية : حمسي البصل و الثوم في الزيت، أضيفي اللحم المرحي، الطماطم المبشورة، الطماطم المصبرة، الزعتر، السكر و التوابل. أفرغي كأس من الماء و أتركيها تطهى حتى يتبخر السائل كليا.

3- غلي الماء مع الزيت و الملح. إغطسي داخله أوراق اللازانيا الواحدة تلوى الأخرى ثم قطربها. في صينية مدهونة بالزبده، أفرشي طبقة من أوراق اللازانيا.

4- أفرغي عليها الصلصة البولونية.

5- حضري صلصة البشاميل: أنظر الصفحة 62، ثم اخلطيها مع الكريمة الطازجة.

6- وزعي عليها القليل من خليط صلصة البشاميل ثم ذري القليل من الجبن المبشور.

7- غطيها بأوراق اللازانيا المغطوسة في الماء و المقطرة.

8- أفرغي عليها صلصة البشاميل المتبقية.

9- ذري الجبن المبشور المتبقي ثم اطهيها في الفرن حتى يكسب السطح اللون الذهبي.

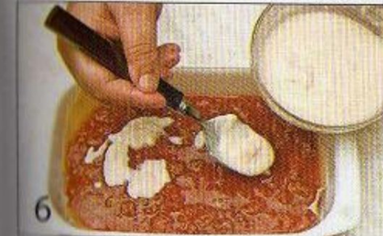

1


2


3


4


5


6


7


8


9

غراتان البطاطا محشي بالتونة

- 250 غ عصيدة البطاطا (تباع في الأسواق)
- ¼ لترحليب
- ½ لترماء
- 50 غ زبدة
- 50 غ جبن ذائب
- 1 بصلة مقطعة
- 3 علب تونة بالزيت
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- 100 غ جبن مبشور
- فلفل أسود
- ملح

1- حضري العصيدة : في قدر صغيرة و على نار متوسطة، أفرغي الحليب و الماء. عند الغليان، أضيفي العصيدة، الملح و الفلفل الأسود، حركي ثم أطفئي النار و أضيفي الزبدة و الجبن الذائب، أتركيها على حدى.

2- في مقلاة، حمسي البصل في الزيت.

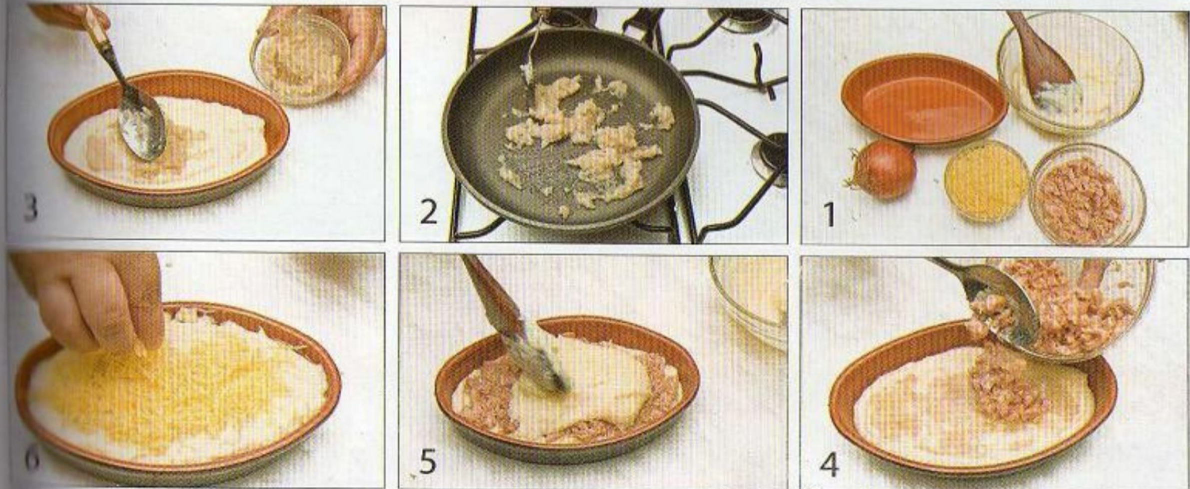
3- في مول خاص بالفرن مدهون بالزبدة، ضعي نصف كمية عصيدة البطاطا و ضعي عليها البصل المطهي.

4- ضعي عليها التونة المفتتة، وزعيها جيدًا على كل السطح.

5- غطيها بالعصيدة المتبقية، سوّيها جيدًا.

6- ذري الجبن المبشور ثم اطهيه في الفرن مدة 15 دقيقة.

ملاحظة : يمكنك تعويض عصيدة البطاطا التي تباع في السوق بعصيدة البطاطا المحضرة في المنزل.



غراتان الباذنجان باللحم المرحي

- 1 كغ باذنجان
- 300 غ لحم مرحي
- 2 سنينات ثوم مبشور
- 2 طماطم مبشورة
- 1 ملعقة كبيرة طماطم مصبرة
- 2 بصل مبشور
- 150 غ جبن مبشور
- 1 كأس ماء
- فلفل أسود
- ملح
- زيت للقلي

1- في مقلاة، حمسي البصل و الثوم ثم أضيفي اللحم المرحي، الملح و الفلفل الأسود. أتركي الكل يطهى.

2- قطعي الباذنجان غير مقشر إلى دوائر ثم اقليها.

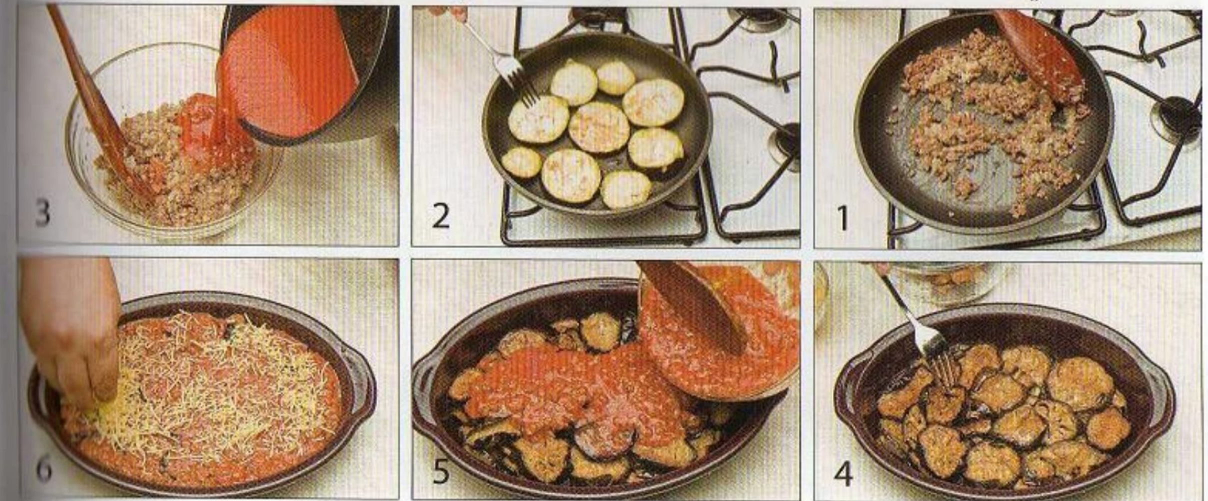
3- في قدر صغيرة، ضعي الطماطم المبشورة و الطماطم المصبرة المحللة في الماء. أتركيها تطهى مدة 15 دقيقة. في وعاء، أخلطي اللحم المرحي المطهي و صلصة الطماطم.

4- في صينية خاصة بالفرن، أفرشي دوائر الباذنجان المقلية.

5- أفرغي عليها خليط اللحم المرحي و صلصة الطماطم، سويها جيدًا.

6- ذري 100 غ جبن مبشور ثم اطهيها في الفرن مدة 15 إلى 20 دقيقة.

7- فور إخراجها من الفرن، ذري الجبن المبشور المتبقي.



غراتان الخضار

- 2 بطاطا
- 2 جزر
- 2 باذنجان
- 2 قرعة
- 1 بصلة كبيرة
- 150 غ لحم مرحي
- 3 بيض
- 1 سنينة ثوم
- ملح
- فلفل أسود
- جبن مبشور
- زيت للقلي

صلصة الطماطم : أنظر الصفحة 63

1- قشري الخضار و قطعيها، أضيفي لها الملح و اقليها كل على حدى. قطريها و اتركيها على جنب.

2- في مول خاص بالفرن، ضعي البطاطا المقلية.

3- ضعي عليها الجزر و القرعة المقليين.

4- أبسطي عليها الباذنجان المقلي كذلك.

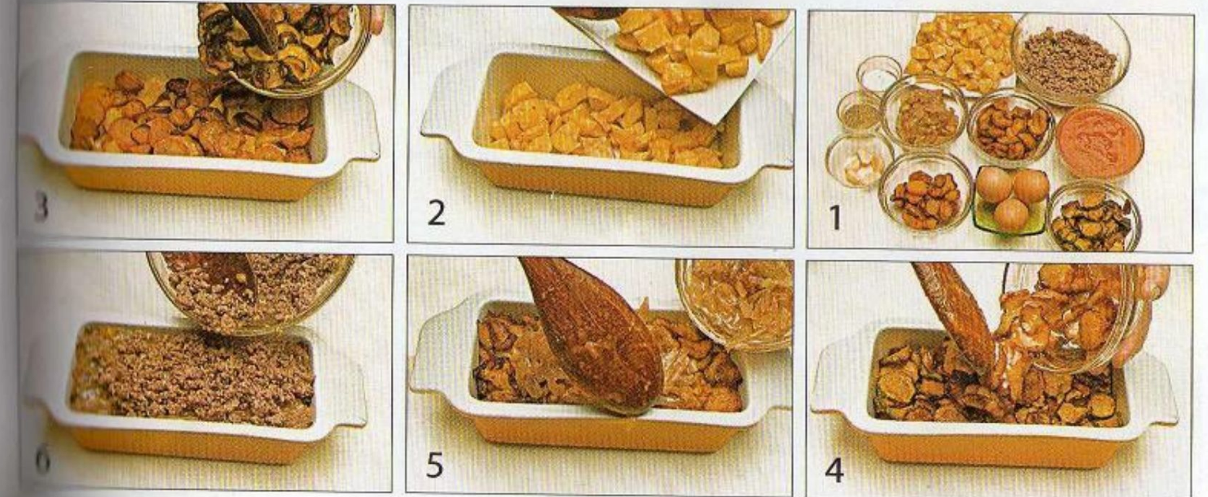
5- ضعي عليها البصل المقلي.

6- في مقلاة، حمسي اللحم المرحي في القليل من الزيت مع الملح، الفلفل الأسود و الثوم المبشور.

7- أفرغي عليها صلصة الطماطم المحضرة (أنظر الصفحة 63).

8- أخفقي البيض المخفوق كالعجة و افرغيه عليها كذلك.

9- ذري الجبن المبشور ثم اطهيها في الفرن.





الفهرس

غراتان كريات الديك الرومي بالكريمة الطازجة

- 500 غ أبيض الديك الرومي مرحي (داند)
- 2 ملاعق كبيرة خبز يابس مرحي
- 1 ملعقة كبيرة مايونيز (غير ضروري)
- 50 غ جبن أبيض (2 قطع)
- فلفل أسود
- ملح
- معدنوس مقطع
- 1 بصلة مبشورة جيدًا
- 300 غ فقاع
- 7 ملاعق كبيرة زيت
- 12 سل كريمة طازجة سائلة

1- حضري المقادير اللازمة.

2- في وعاء، أخلطي أبيض الديك الرومي المرحي، الخبز اليابس المرحي، المايونيز، الجبن الأبيض المقطع إلى مكعبات، الملح ، الفلفل الأسود ، المعدنوس المقطع، نصف كمية البصل المبشور و نصف كمية الجبن المبشور.

3- شكلي كريات و ابسطيها نوعا ما ثم اقليها في 5 ملاعق كبيرة زيت حتى تكسب اللون الذهبي.

4- في مقلاة، حمسي البصل المتبقي مع الفقاع، الملح و الفلفل الأسود في الزيت المتبقي.

5- في صينية فرن، ضعي الفقاع.

6- ضعي عليه كريات الديك الرومي.

7- أفرغي عليها الكريمة الطازجة.

8- ذري الجبن المبشور المتبقي ثم اطهيه في الفرن مدة 15 إلى 20 دقيقة.


1


2


3


3


4


5


6


7


8

غراتان الجلبانة باللحم المرحي

- 500 غ جلبانة
- 1 بصلة مبشورة
- 300 غ لحم مرحي
- 100 غ جبن مبشور
- 50 غ جبن ذائب
- 3 ملاعق كبيرة زيت
- 3 بيض
- فلفل أسود
- ملح

1- حضري المقادير اللازمة.

2- في طنجرة، حمسي البصل في الزيت.

3- أضيفي اللحم المرحي، الملح و الفلفل الأسود ، حمسي جيدًا مرة أخرى.

4- أضيفي الجلبانة و اخلطي كذلك.

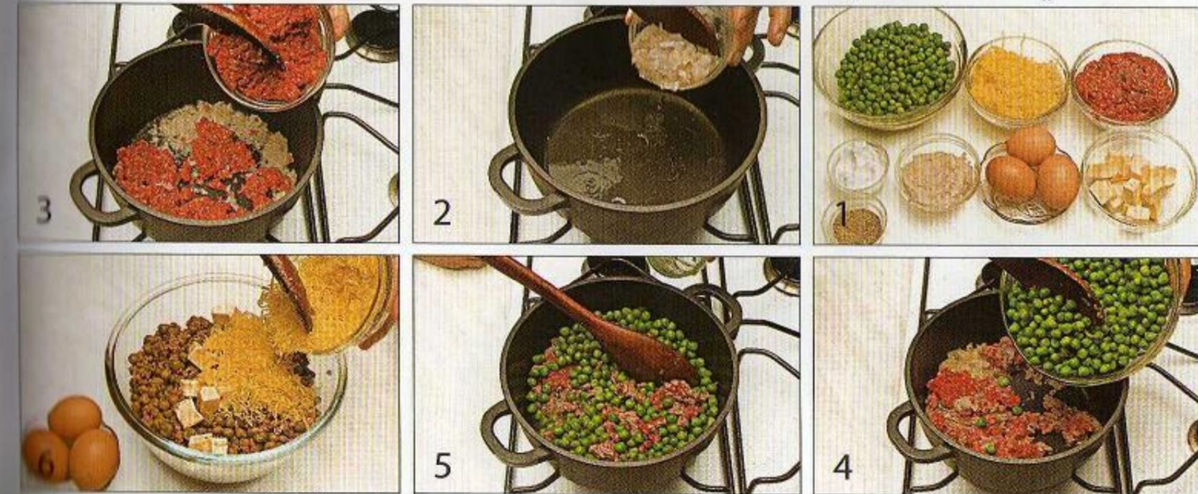
5- أفرغي الماء و اتركي الكل يطهى مدة 25 دقيقة.

6- في وعاء، ضعي خليط الجلبانة، الجبن الذائب المقطع إلى مكعبات و نصف كمية الجبن المبشور.

7- أضيفي البيض و اخلطي الكل جيدًا مرة أخرى.

8- أفرغيه في صينية فرن و سويه جيدًا.

9- ذري الجبن المبشور المتبقي ثم اطهيه في فرن درجة حرارته 200° مدة 20 دقيقة.





سمك في الفرن

– 3 سمك متوسط الحجم	– 4 سنينات ثوم
– 3 طماطم مقطعة إلى دوائر	– زعيترة
– 3 ملاعق كبيرة زيت	– رند
	– فلفل أسود
	– كمون
	– ملح

1- نظفي السمك، أفرغيه ثم حضري الدرسة بسحق الثوم، الكمون، الملح و الفلفل الأسود.

2- في صينية فرن، أفرغي الزيت ثم ضعي دوائر الطماطم.

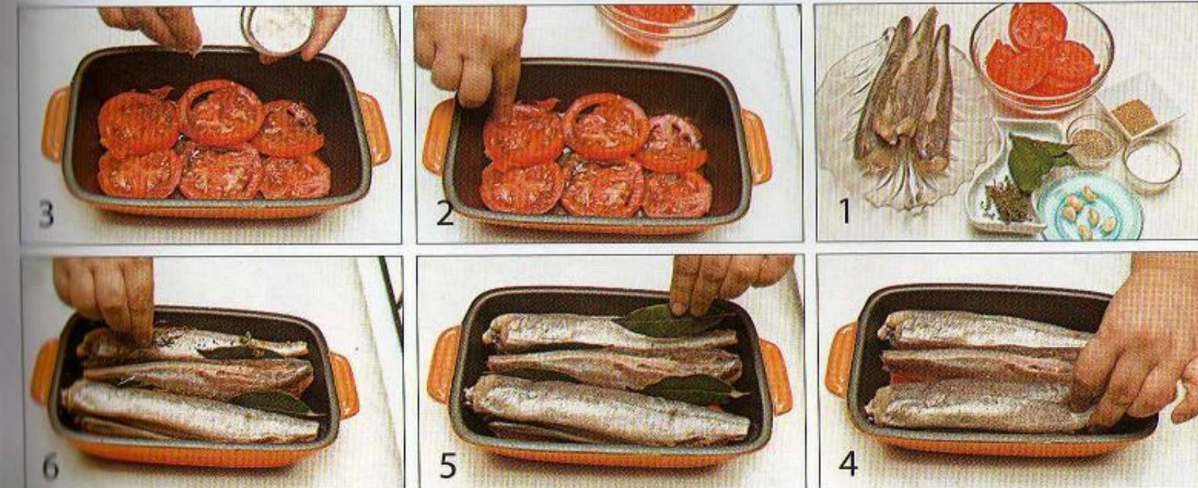
3- ذري القليل من الملح و الفلفل الأسود.

4- ضعي الدرسة في السمك ثم ضعيه في الصينية.

5- أضيفي الملح و الفلفل الأسود ثم ثبتي أوراقا من الرند بين السمك.

6- ضعي أعرافا من الزعيترة كذلك ثم اطهيها في الفرن.

ملاحظة : يمكنك وضع دوائر من الثوم على دوائر الطماطم.





غراتان الأرز بالخضار

- 1 كأس أرز
- 1 كأس و نصف ماء
- 200 غ جلبانة
- 2 جزر
- 1 بسباس
- 1 بصلة مبشورة
- 2 سنينات ثوم مبشور
- 3 ملاعق كبيرة زيت
- 100 غ جبن مبشور
- 1 قرصة قرفة



- فلفل أسود
- ملح
- توابل خاصة بالصلصة البيضاء (تباع في الأسواق)
- 1 كأس صلصة البشاميل (أنظر الصفحة 62)
- 2 دوائر باذنجان
- 300 غ لحم مرحي

1- حضري المقادير اللازمة.

2- في طنجرة، حمسي الجلبانة، الجزر، البسباس و الباذنجان المقطعين إلى مكعبات صغيرة، الزيت، الثوم، الملح، القرفة، الفلفل الأسود و توابل الصلصة البيضاء. أضيفي الأرز و الماء، غطيها، أخفضي درجة الحرارة و اتركيها تطهى حتى يتبخر السائل كليا. أطفئي النار و اتركيه ينهي طهيه بالبخار.

3- في مقلاة، حمسي البصل في القليل من الزيت، أضيفي اللحم المرحي و اتركيه يطهى.

4- في صينية فرن مدهونة بالزبدة، ضعي نصف كمية خليط الأرز.

5- ضعي عليه اللحم المرحي المطهي.

6- ذري عليه نصف كمية الجبن المبشور.

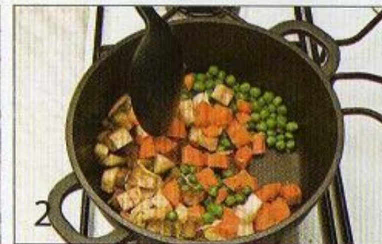
7- غطيه بخليط الأرز المتبقي.

8- ضعي عليه صلصة البشاميل المحضرة سابقا.

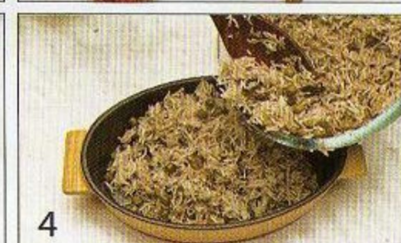
9- ذري الجبن المبشور المتبقي ثم اطهيه في الفرن مدة 15 دقيقة.

ملاحظة : يمكنك تعويض اللحم المرحي بأبيض الدجاج المطهي.


1

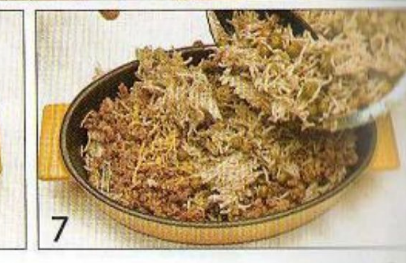

2

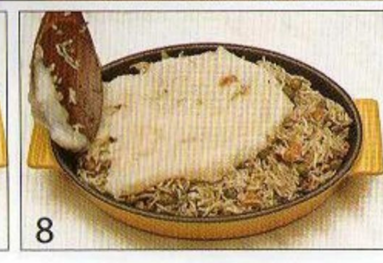

3

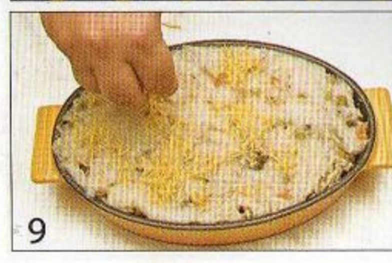

4


5


6


7


8


9

غراتان الكريب

الكريب :
- 2 بيض
- 2 كؤوس و نصف حليب
- 3 ملاعق كبيرة زيت
- 1 كأس و نصف فرينة (سيم)

الحشو :
- 100 غ جبن ذائب
- 50 غ زيتون دون علف مقطع إلى دوائر
- ½ ليمونة (أو 1 ملعقة كبيرة خل أبيض)
- 1 أبيض دجاج
- 100 غ جبن مبشور
- 20 غ زبدة
- 2 بصل مبشور
- 8 ملاعق كبيرة كريمة طازجة
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- معدنوس مقطع
- فلفل أسود
- ملح



1- حضري المقادير اللازمة.

2- حضري الكريب : في وعاء و بواسطة الخلاط اليدوي، ضعي الحليب، البيض، الزيت و الفرينة، أخلطي جيدًا.

3- في مقلاة ساخنة و مدهونة بالزيت، أفرغي غراف من خليط الكريب.

4- إطهيه من الجانبين ثم اتركيه على حدى.

5- في مقلاة، حمسي الدجاج المقطع إلى قطع و البصل في الزيت مع القليل من الملح، أتركيها تطهى.

6- في وعاء، ضعي 1 ملعقة إلى ملعقتين كبيرتين من الكريمة الطازجة، أضيفي الدجاج المطهي.

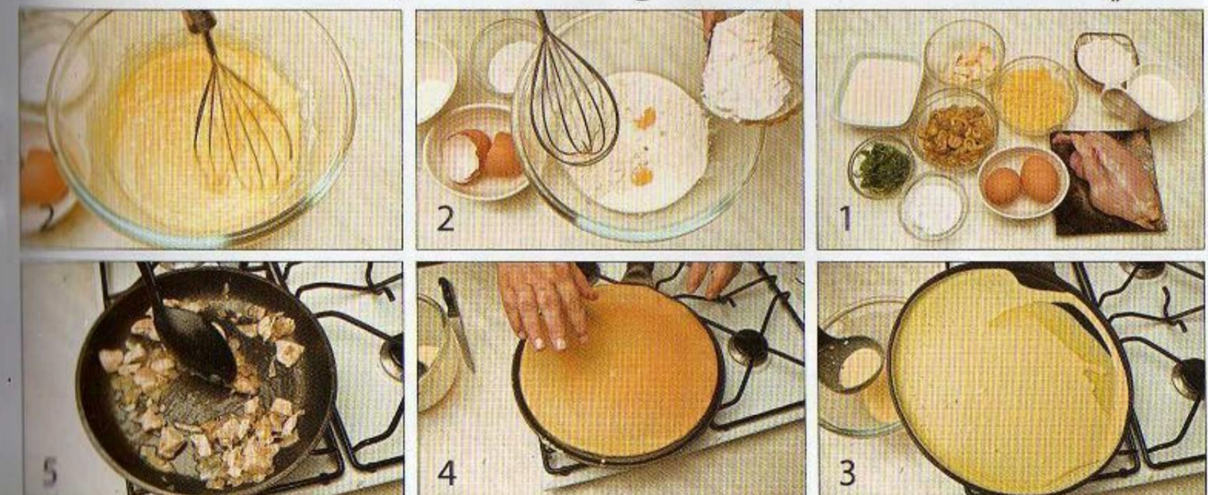
7- غلي الزيتون في الماء مرة واحدة مع عصير الليمون أو الخل الأبيض، قطريه ثم أضيفيه للخليط مع المعدنوس.

8- أضيفي الجبن الذائب، نصف كمية الجبن المبشور، الملح و الفلفل الأسود، أخلطي الكل جيدًا.

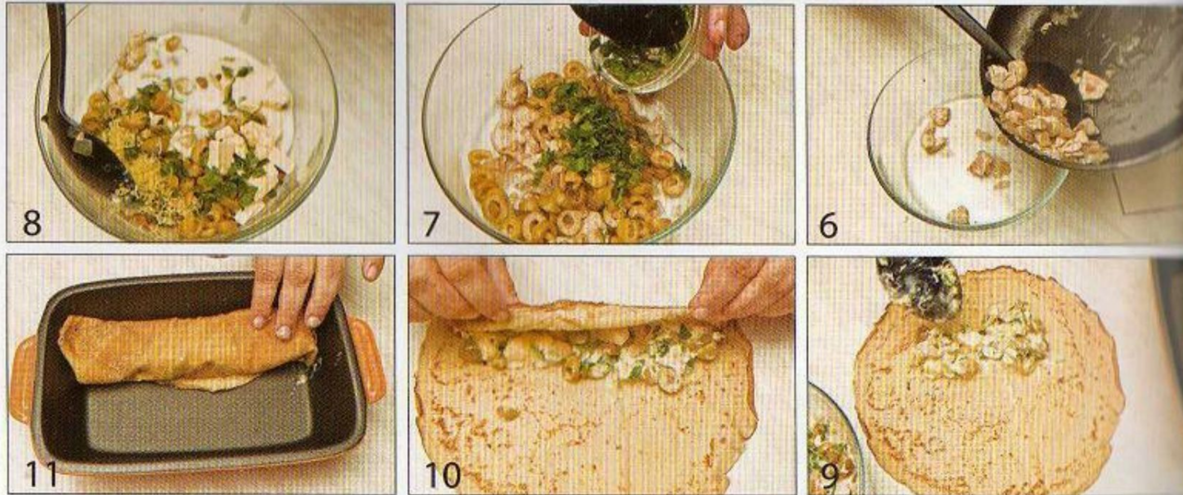
9- ضعي القليل من الحشو المحضر على حافة حبة الكريب.

10- لفيها.

11- ضعي الكريب المحشية في صينية فرن، أفرغي عليها الكريمة الطازجة المتبقية ثم ذري الجبن المبشور المتبقي و اطهيها في الفرن.







غراتان القرعة بالدجاج

- 1 كغ قرعة
- 1 أبيض دجاج
- معدنوس مقطع
- 100 غ جبن مبشور



- فلفل أسود
- ملح
- زيت للقلي

صلصة البشاميل : أنظر الصفحة 62

1- قطعي القرعة إلى دوائر، أضيفي لها الملح و الفلفل الأسود ثم اتركيها تقطر على حدى. إقليها في زيت ساخن، قطريها و اتركيها على حدى.

2- في مقلاة ، إقلي أبيض الدجاج المقطع إلى مكعبات.

3- في صينية فرن، ضعي دوائر القرعة المقلية.

4- ضعي عليها أبيض الدجاج المطهي، سويه جيدًا.

5- أفرغي عليه صلصة البشاميل المحضرة.

6- ذري الجبن المبشور ثم اطهيه في الفرن.

ملاحظة : يمكنك إضافة طبقة من البصل المقلي (حوالي 1 بصلة) على القرعة.


1


2


3


4


5


6

غراتان القرنون

- 1 كغ قرنون
- 1 ليمونة
- 100 غ جبن مبشور
- 50 غ زبدة
- 2 ملاعق كبيرة كريمة طازجة

صلصة البشاميل : أنظر الصفحة 62

الحشو :

- 200 غ لحم مرحي
- 50 غ جبن ذائب
- 1 بصلة مبشورة
- 1 ملعقة صغيرة ثوم مسحوق
- معدنوس مقطع
- 3 ملاعق كبيرة زيت
- فلفل أسود
- ملح



1- نظفي القرنون و احتفظي بقاعه فقط. حكيه بالليمون ثم اطهيه بالبخار (قدر مغلوقة).

2- حضري الحشو : في مقلاة، حمسي البصل في الزيت. في وعاء، أخلطي اللحم المرحي، البصل المطهي، الثوم المسحوق، الجبن الذائب المقطع إلى قطع صغيرة، المعدنوس المقطع، الملح، الفلفل الأسود و نصف كمية الجبن المبشور، أخلطي الكل جيدًا.

3- إملئي قاع القرنون بالحشو المحضر.

4- في صينية فرن مدهونة بالزبدة، أفرغي القليل من صلصة البشاميل المحضرة و المزوجة مع الكريمة الطازجة ثم ضعي قاع القرنون المحشي.

5- أفرغي عليه صلصة البشاميل المتبقية.

6- ذري الجبن المبشور المتبقي ثم اطهيه في الفرن مدة 15 دقيقة إلى 20 دقيقة.













خبز بالسمك في الفرن

- 800 غ شرائح السمك الأبيض
- 3 بيض
- 100 غ جبن مبشور
- 50 غ كريمة طازجة
- جوزة الطيب
- 2 ملاعق كبيرة طماطم مصبرة
- فلفل أسود
- ملح
- 4 ملاعق كبيرة زيت
- سنمورة دون ملح (أنشوا)

1- في مقلاة، إقلي شرائح السمك الأبيض في الزيت.

2- بعد الطهي، أتركيها تبرد ثم فتتيها و ضعيها في وعاء.

3- أضيفي الملح، الفلفل الأسود و جوزة الطيب.

4- أضيفي الجبن المبشور ثم أفرغي عليها الكريمة الطازجة.

5- أضيفي الطماطم المصبرة و صفار البيض، أخلطي الكل جيدًا.

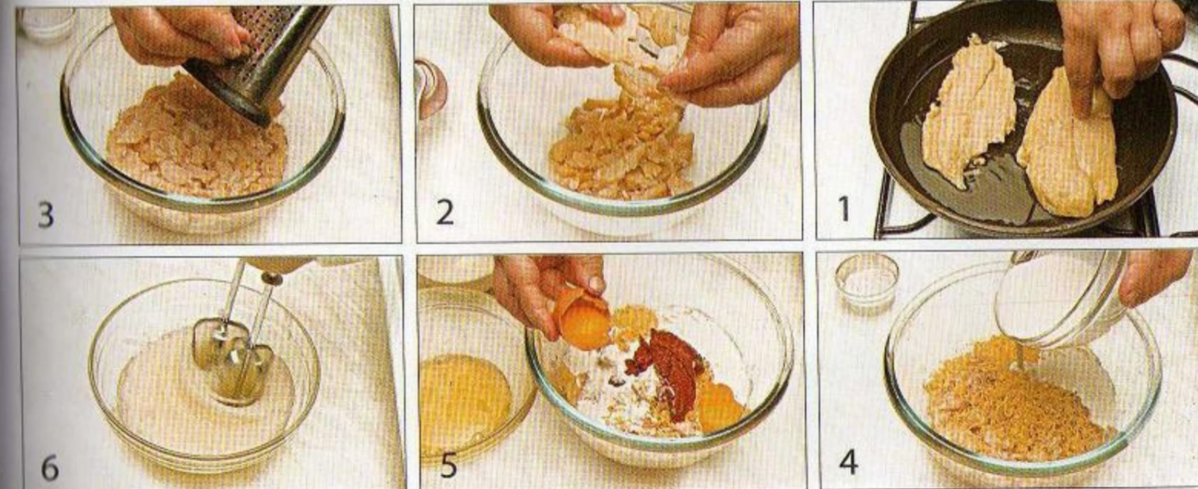
6- في وعاء آخر و بواسطة الخلاط الكهربائي، أخفقي بياض البيض كالثلج.

7- أضيفي بياض البيض المخفوق كالثلج و حركي برفق.

8- أفرغي الكل في صينية فرن مدهونة بالزبدة ثم اطهيه في فرن درجة حرارته 200° مدة 30 دقيقة.

9- بعد الطهي، زيني بالسنمورة.

ملاحظة : قدمي هذا الطبق ساخنا مرفوقا بصلصة الطماطم أو باردًا مرفوقا بالمايونيز.







غراتان المعكرونة بالجبن

- 500 غ معكرونة (سيم)
- 12 سل كريمة طازجة سائلة
- 100 غ جبن مبشور
- 50 غ جبن ذائب



- 25 غ زبدة
- 3 ملاعق كبيرة زيت
- جوزة الطيب (غير ضروري)
- فلفل أسود
- ملح

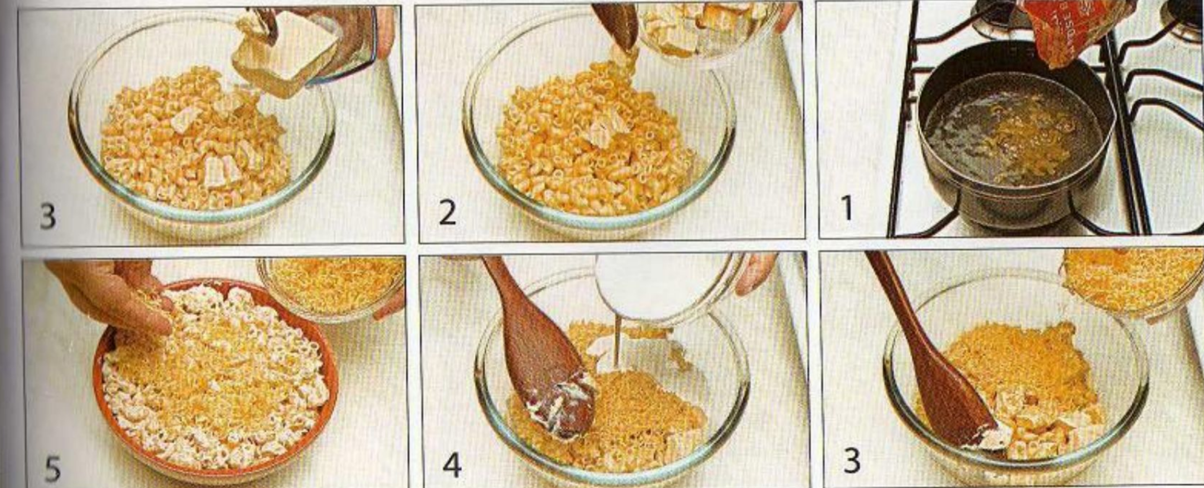
1- غلي المعكرونة في ماء مملح مع الزيت، أتركيها تطهى مدة 15 إلى 20 دقيقة ثم قطريها و شلليها بالماء البارد.

2- في وعاء، ضعي المعكرونة المغلية و الزبدة. أخلطي جيدًا.

3- أضيفي الجبن الذائب المقطع إلى مكعبات و نصف كمية الجبن المبشور.

4- أضيفي الفلفل الأسود و جوزة الطيب ثم أفرغي عليها الكريمة الطازجة. أخلطي الكل جيدًا.

5- ضعي الخليط المتحصل عليه في صينية فرن، ذري الجبن المبشور المتبقي و اطهيه في فرن درجة حرارته 200° مدة 20 دقيقة.



كيك بالكرنب

- 1 رأس كرنب
- 4 سنينات ثوم
- 300 غ لحم مرحي
- 1 بصلة مبشورة
- 1 ربطة معدنوس مقطع
- 4 بيض
- 1 ورقة رند
- 3 ملاعق كبيرة زيت
- جوزة الطيب
- 20 غ زبدة
- 100 غ جبن مبشور
- 2 ملاعق كبيرة فرينة (سيم)
- 50 غ جبن ذائب
- فلفل أبيض
- ملح



1- قطعي الكرنب إلى باقات و حضري المقادير الأخرى.

2- في طنجرة، غلي الكرنب في الماء مع الملح، 2 سنينات ثوم و الرند، أتركيه يطهى مدة 15 إلى 20 دقيقة.

3- في مقلاة، حمسي البصل المبشور و الثوم المتبقي المبشور في الزيت، أضيفي اللحم المرحي، الملح و الفلفل الأسود، أتركيه يطهى.

4- بعد طهي الكرنب، قطريه ثم اسحقيه بواسطة شوكة.

5- أضيفي اللحم المرحي المطهي و المعدنوس المقطع.

6- أضيفي الملح و الفافل الأبيض.

7- أضيفي الجبن الذائب و نصف كمية الجبن المبشور

نصي
8 الطيب

8- أضيفي جوزة الطيب المبشورة.

9- في الأخير، أضيفي البيض الواحدة تلوى الأخرى ثم الفرينة.

10- أخلطي الكل جيدًا بواسطة ملعقة خشبية.

11- في مول الكيك مدهون بالزبدة، أفرغي الخليط المتحصل عليه.

12- ذري القليل من الجبن المبشور ثم اطهيه في الفرن حتى يكسب السطح اللون الذهبي.

13- فور إخراجه من الفرن ذري الجبن المبشور المتبقي.




1

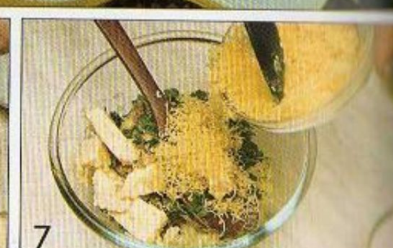

2


3


4

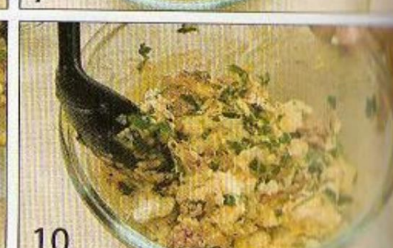

5


6


7


8


9


10


11


12

غراتان كبد الدجاج بالخضار

- 2 بطاطا
- 2 قرعة
- 2 جزر
- 2 طماطم
- 4 سنينات ثوم
- 5 إلى 6 كبد الدجاج
- 50 غ زيتون أسود
- 3 إلى 4 بيض
- فلفل أسود
- ملح
- جبن مبشور
- زيت للقلي

1- قشري البطاطا، القرعة، الجزر و الطماطم، قطعيها إلى مكعبات صغيرة ثم اقليها كل على حدى.

2- في مقلاة، إقلي كبد الدجاج في القليل من الزيت.

3- في وعاء، ضعي البطاطا ثم أضيفي الجزر.

4- أضيفي القرعة، الزيتون و الثوم المقطع إلى دوائر.

5- أضيفي الكبد المقطع إلى قطع.

6- أضيفي الملح و الفلفل الأسود.

7- أخلطي الكل جيدًا ثم ضعيه في صينية فرن.

8- سويه جيدًا ثم كسري عليه البيض.

9- ذري الجبن المبشور ثم اطهيه في فرن درجة حرارته 200° مدة 15 إلى 20 دقيقة.





غراتان اللحم المرحي بالمعدنوس

- 500 غ لحم مرحي
- 1 ربطة معدنوس مقطع
- 1 بصلة مبشورة
- 3 ملاعق كبيرة زيت
- 5 بيض
- 100 غ جبن مبشور
- فلفل أسود
- ملح

1- في مقلاة، حمسي البصل المبشور في الزيت، أضيفي اللحم المرحي، الملح و الفلفل الأسود، أتركيه يطهى مع التحريك من حين لآخر.

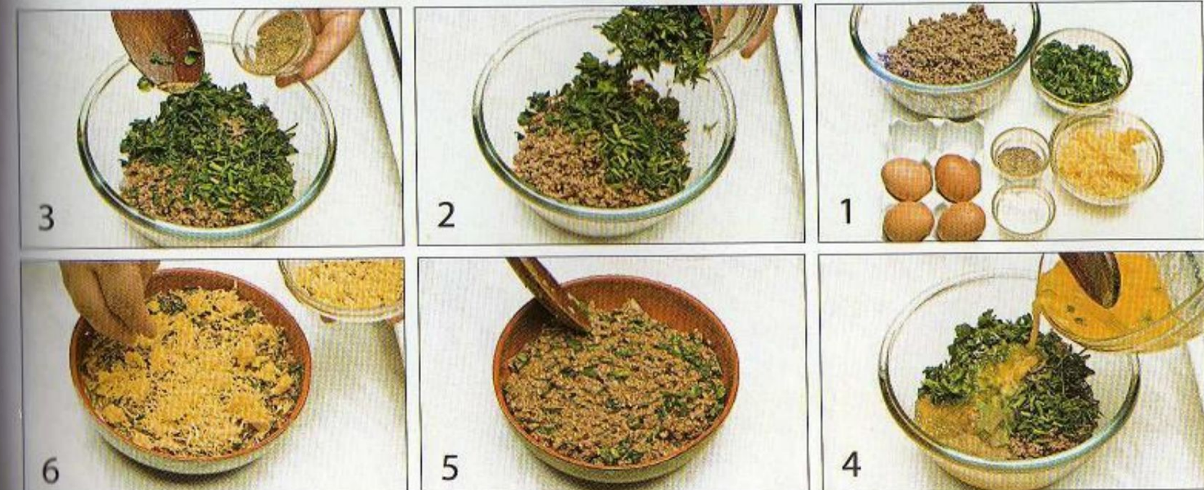
2- في وعاء، ضعي اللحم المرحي و المعدنوس المقطع.

3- أضيفي الملح و الفلفل الأسود.

4- أضيفي البيض المخفوق كالعجة، أخلطي الكل جيدًا.

5- أفرغي الخليط المتحصل عليه في مول خاص بالفرن مدهون بالزيت.

6- ذري الجبن المبشور ثم اطهيه في فرن درجة حرارته 200° مدة 15 إلى 20 دقيقة.



غراتان الباذنجان بعصيدة البطاطا

- 250 غ عصيدة البطاطا (تباع في الأسواق)
- ¼ لتر حليب
- ½ لتر ماء
- 50 غ زبدة
- 50 غ جبن ذائب
- 1 كغ باذنجان
- 300 غ لحم مرحي



- 2 بصل مقطع رقيق
- زيت للقلي
- فلفل أسود
- ملح
- جبن مبشور

صلصة البشاميل : أنظر الصفحة 62

1- حضري صلصة البشاميل : أنظر الصفحة 62، ثم حضري المقادير الأخرى.

2- في مقلاة، حمسي البصل في معلقتين كبيرتين من الزيت، أضيفي اللحم المرحي، الملح و الفلفل الأسود، أتركي الكل يطهى.

3- قطعي الباذنجان غير مقشر إلى دوائر ثم اقليه.

4- في مول خاص بالفرن، أفرشي دوائر الباذنجان المقلية.

5- ضعي عليها اللحم المرحي، سويه جيدًا.

6- حضري عصيدة البطاطا : أنظر الصفحة 18، ثم أخلطيها مع صلصة البشاميل.

7- أضيفي القليل من الجبن المبشور لخليط العصيدة، أخلطي مرة أخرى.

8- أفرغي هذا الخليط الأخير في المول، سويه جيدًا.

9- ذري الجبن المبشور المتبقي ثم اطهيه في الفرن مدة 20 دقيقة.

ملاحظة : قبل الطهي في الفرن، يمكنك أن تذري الطبق بـ 50 غ خبز يابس مرحي ممزوج مع 20 غ زبدة.



















غراتان الباذنجان بصلصة الطماطم

- 1 كغ باذنجان
- 5 ملاعق كبيرة زيت الزيتون
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- 300 غ لحم مرحي
- 100 غ جبن مبشور
- فلفل أسود
- ملح

صلصة الطماطم : أنظر الصفحة 63

1- قطعي الباذنجان إلى شرائح باتجاه الطول. إقليها في زيت الزيتون.

2- في مقلاة، حمسي اللحم المرحي في الزيت، أضيفي الملح و الفلفل الأسود، أتركيه يطهى ثم حضري صلصة الطماطم (أنظر الصفحة 63).

3- في مول خاص بالفرن، ضعي شرائح الباذنجان.

4- ضعي عليها اللحم المرحي المطهي.

5- أفرغي عليها صلصة الطماطم المحضرة.

6- ذري الجبن المبشور ثم اطهيها في الفرن.



غراتان اللحم المرحي بالبيض

- 500 غ لحم مرحي
- ½ ملعقة صغيرة كمون
- ½ ملعقة صغيرة قصبر مرحي
- 4 ملاعق كبيرة زيت
- 1 بصلة مبشورة
- بيض (حسب عدد الأشخاص)
- ½ كأس ماء
- فلفل أسود
- ملح

1- حضري المقادير اللازمة.

2- في وعاء، ضعي اللحم المرحي، الملح و الفلفل الأسود.

3- أضيفي الكمون و القصبر المرحي ثم اخلطي.

4- أضيفي البصل المبشور ثم اخلطي الكل جيدًا.

5- شكلي كريات من اللحم المرحي.

6- إقليها في زيت ساخن، قطريها ثم أضيفي الماء في نفس المقلاة و اتركيها تطهى مدة 10 إلى 15 دقيقة.

7- في صينية فرن، ضعي كريات اللحم المرحي ثم أفرغي عليها الصلصة المتحصل عليها.

8- كسري عليها البيض ثم اطهيه في فرن درجة حرارته 200° مدة 15 إلى 20 دقيقة.





غراتان الجمبري

- 1 كغ جمبري مقشر
- 5 ملاعق كبيرة كريمة طازجة
- 100 غ جبن مبشور
- 50 غ زبدة
- 4 ملاعق كبيرة ماء
- جوزة الطيب
- فلفل أسود
- ملح

1- في طنجرة، إقلي الجمبري في الزبدة.

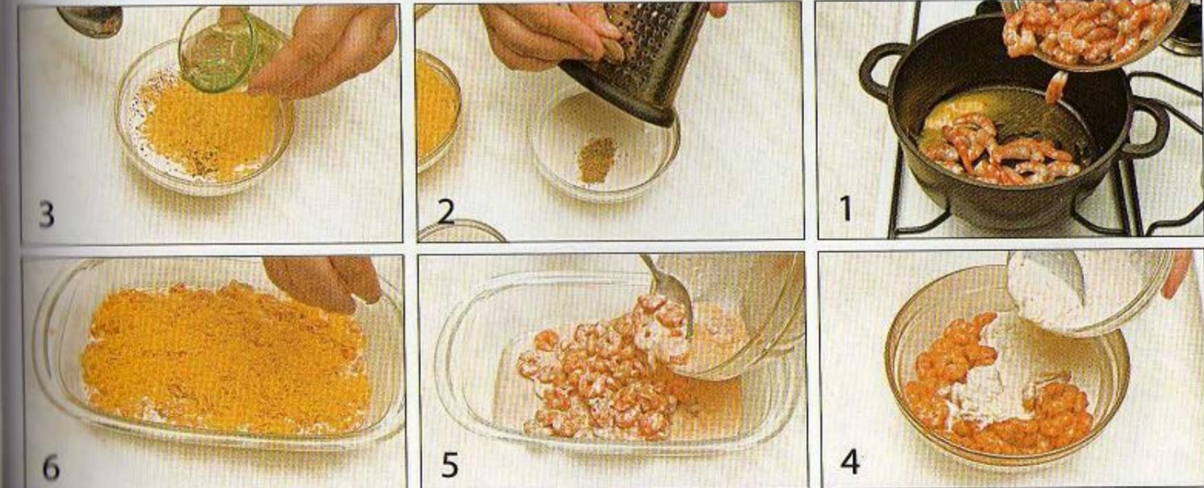
2- في وعاء صغير، أخلطي الكريمة الطازجة، الملح، الفلفل الأسود و جوزة الطيب.

3- أضيفي القليل من الجبن المبشور و الماء ثم اخلطي الكل جيدًا.

4- في وعاء، أخلطي الجمبري و خليط الكريمة الطازجة.

5- أفرغي الكل في صينية فرن.

6- ذري الجبن المبشور المتبقي ثم اطهيه في فرن درجة حرارته 200° مدة 20 دقيقة.



غراتان البسباس

- 1 كغ بسباس
- 1 أبيض دجاج
- 1 بصلة مبشورة
- 3 ملاعق كبيرة زيت
- ½ لتر ماء
- ملح
- 150 غ جبن مبشور
- 3 ملاعق كبيرة مايزينة
- فلفل أسود

1- في طنجرة، حمسي البصل، الدجاج، الملح، الفلفل الأسود و الزيت. أفرغي الماء و اتركيه يطهى. بعد طهي الدجاج، فتتيه. أضيفي المايزينة و 50 غ جبن مبشور للصلصة المتبقية.

2- قطعي البسباس على اثنين باتجاه الطول، أضيفي الملح و الفلفل الأسود ثم اطهيه بالبخار. بعد الطهي، أفرشيه في مول خاص بالفرن مدهون بالزبدة.

3- ضعي عليه الدجاج المفتت.

4- ذري 50 غ من الجبن المبشور.

5- غطيه بخليط الصلصة و المايزينة.

6- سوي السطح جيدًا ثم اطهيه في فرن 200° مدة 15 إلى 20 دقيقة.

7- فور إخراجه من الفرن، ذري الجبن المبشور المتبقي.



غراتان الفراشات

- 500 غ عجائن الفراشات (سيم)
- 1 أبيض دجاج
- 150 غ جبن مبشور



- 1 ملعقة كبيرة زيت
- 1 قارورة كريمة طازجة (15 سل)
- فلفل أسود، ملح

1- حضري الدجاج : أنظر الصفحة 56، فتتيه.

2- غلي العجائن في الماء مع الزيت و القليل من الملح، قطريها ثم ضعيها في مول مدهون بالزبدة.

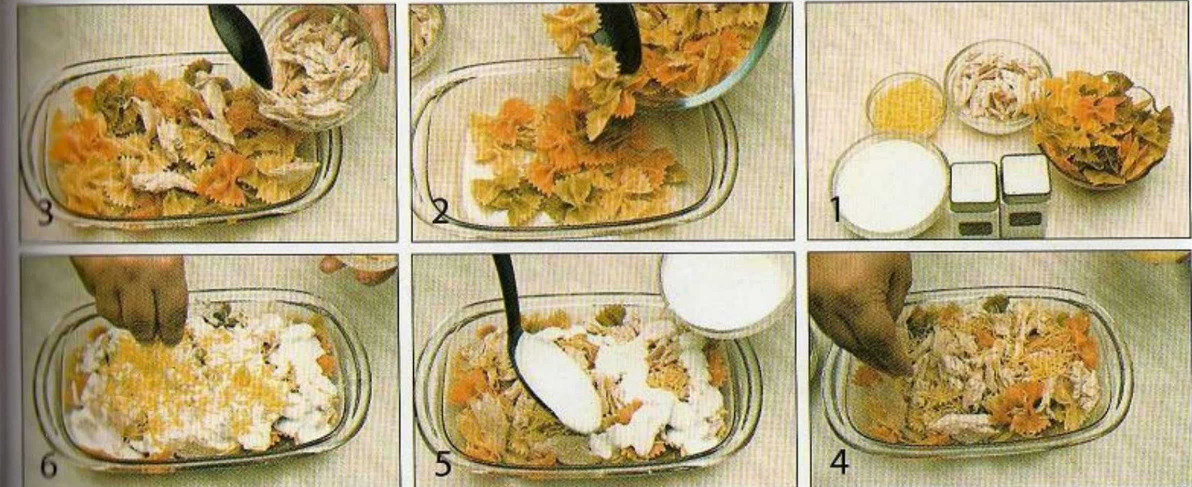
3- ضعي عليها الدجاج المفتت.

4- ذري عليها نصف كمية الجبن المبشور.

5- في وعاء صغير، أخلطي الكريمة الطازجة و ½ كأس صلصة طهي الدجاج. أفرغي هذا الخليط الأخير في المول.

6- ذري الجبن المبشور المتبقي ثم اطهيه في الفرن مدة 15 دقيقة.

ملاحظة : يمكننا الإستغناء عن صلصة طهي الدجاج.



غراتان أحشاء الخروف

- 2 كلية خروف حمراء
- 2 كلية خروف بيضاء
- ½ كبد خروف
- 1 قلب خروف
- 5 سنينات ثوم
- 4 ملاعق كبيرة زيت
- 1 ملعقة كبيرة طماطم مصبرة
- 4 ملاعق كبيرة ماء
- فلفل أسود
- ملح
- كمون
- كروية

1- في طنجرة و على نار هادئة، أفرغي الزيت و أضيفي الثوم المقطع إلى قطع صغيرة.

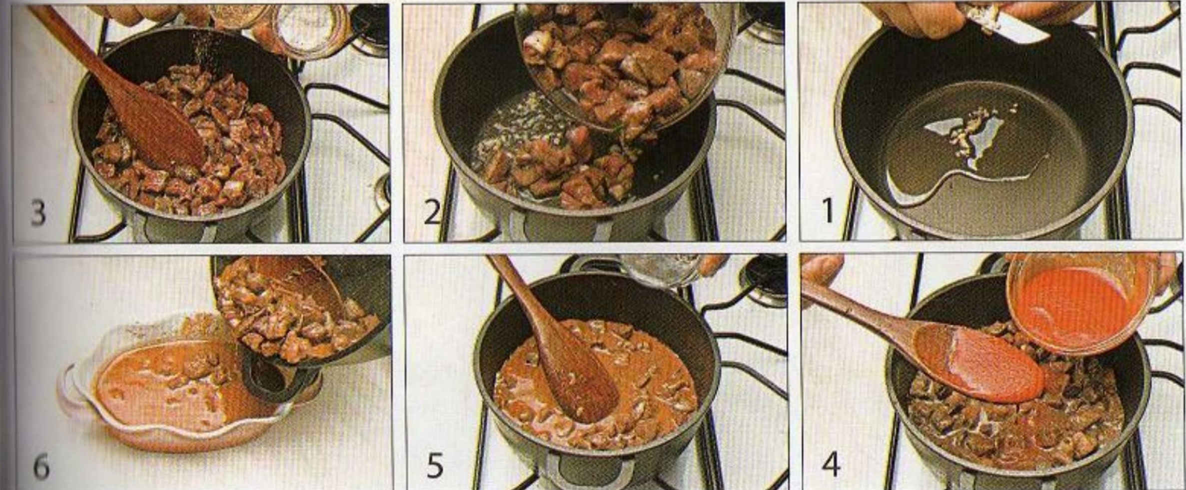
2- أضيفي الكلى المقطعة إلى مكعبات (البيضاء و الحمراء)، الكبد المقطع إلى مكعبات و القلب المقطع إلى المكعبات كذلك، حمسي الكل.

3- أضيفي الملح، الفلفل الأسود، الكمون و الكروية، أخلطي مرة أخرى.

4- أضيفي الطماطم المصبرة المحللة في القليل من الماء.

5- أفرغي الماء و اتركي الكل يطهى مدة 5 دقائق.

6- في مول خاص بالفرن، أفرغي الخليط المتحصل عليه ثم اطهيه في الفرن.



صلصة البشاميل

- 50 غ زبدة
- 50 غ فرينة (سيم)
- ½ لتر حليب
- ملح
- فلفل أسود
- 100 غ جبن مبشور

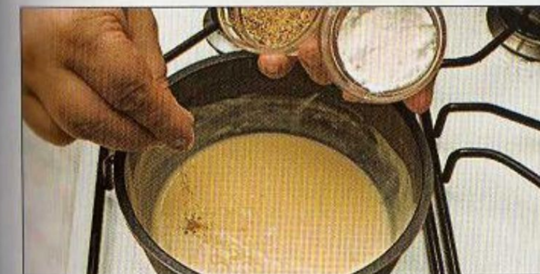



1- حضري المقادير اللازمة.


2- في قدر صغيرة و على نار هادئة، ذوبي الزبدة.


3- أضيفي الفرينة و حركي كذلك.


4- أفرغي الحليب مع مواصلة التحريك حتى الحصول على خليط عاقد.


5- في الأخير، أضيفي الملح، الفلفل الأسود و الجبن المبشور (أو الذائب).

ملاحظة : يمكنك إضافة جوزة الطيب حسب ذوقك.

صلصة الطماطم

- 1 طماطم حمراء
- 1 ملعقة كبيرة طماطم مصبرة
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- 2 سنينات ثوم
- فلفل أسود
- 1 ملعقة صغيرة سكر مسحوق
- ملح
- ماء
- زعيترة، رند

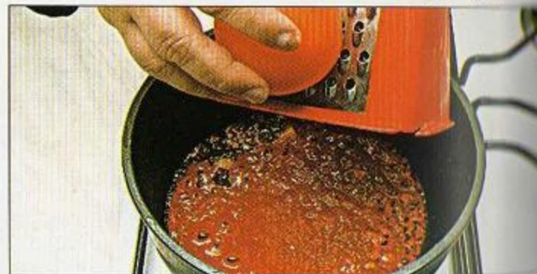

1- حضري المقادير اللازمة.


2- في طنجرة و على نار هادئة، أفرغي الزيت.


3- أضيفي الثوم المبشور.


4- أضيفي الطماطم المصبرة المحللة في القليل من الماء


5- أضيفي الملح و الفلفل الأسود.


6- أضيفي الطماطم المبشورة ثم السكر.


7- في الأخير، أفرغي الماء، أضيفي الزعيترة و الرند ثم اتركيها تطهى حتى تعقد الصلصة.